

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РД
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
КОЛЛЕДЖ ЭКОНОМИКИ И ПРАВА

Отчет

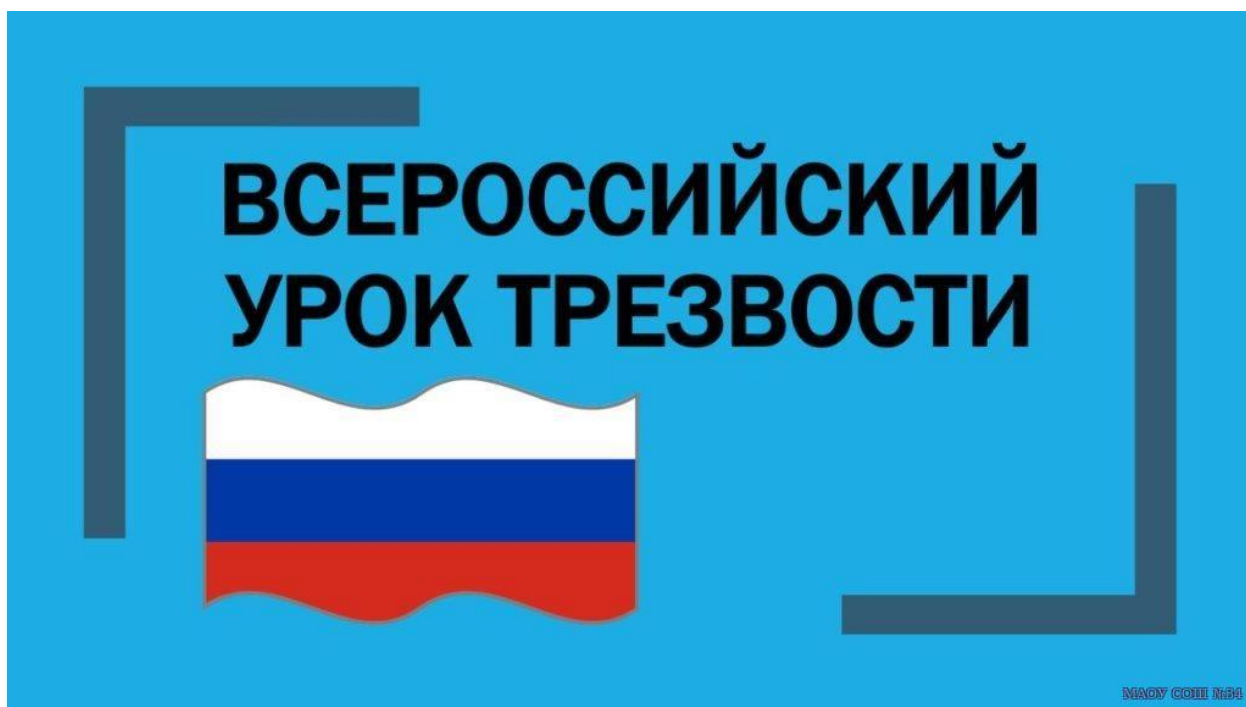
Классного часа на тему:

«УРОК ТРЕЗВОСТИ»

Составила: Тахмазова Мадина Зейфетдиновна

Кл. рук. гр. 29Бух 2 отделения: «Экономика, бухучет»

03.02.2021



Цель:

- формирование у подростков позитивного отношения к своему здоровью, потребности отказа от употребления алкогольных напитков

Задачи:

- Изучить последствия возникновения и распространения
- алкоголизма
- Создать условия для формирования стойкого негативного отношения к
- употреблению алкоголя.
- Способствовать развитию критического отношения к людям, наносящим ущерб своему здоровью и здоровью окружающих.
- Привить учащимся навыки самостоятельного мышления.
- Развить умение анализа ситуаций, а также умения делать выводы на
- основе изложенного материала.
- Развитие творческого потенциала подростков.

Ход классного часа

Классный руководитель:

Первое празднование Дня Трезвости состоялось более 100 лет назад, в 1911 году в Санкт-Петербурге, под лозунгом «В Трезвости счастье народа». Спустя три года, благодаря мощным действиям народного трезвого движения, Россия стала одной из самых трезвых стран Европы и вышла на среднемировой уровень потребления алкоголя лишь к шестидесятым годам XX века. Сейчас как никогда потеря Трезвости обществом ощущается во всех сферах жизни нашей страны. Актуальность лозунга 1911 года понимают все больше и больше людей.

«Все люди рождаются трезвыми. Трезвость это естественное, творческое состояние человека, семьи, общества в целом, свободное от запрограммированности на самоотравление интоксикантами (табаком, алкоголем, другими ядами) и физического отравления ими в любых дозах».

Две трети населения Земли живут в трезвости. Трезвость у людей отнимается насильно под действием трёх традиционных корыстных интересов: это денежный интерес, политический интерес (интоксиканты резко снижают интеллектуальный потенциал общества) и геноцид.

Проблему самоотравления населения интоксикантами (табаком, алкоголем и другими) нельзя решить запретами, ограничениями и другими полумерами. Её можно решить только через утверждение и сохранение трезвости.

Процесс самоотравления населения упомянутыми интоксикантами в свою очередь держится только на двух условиях – информационном терроре населения, формирующем всеобщую запрограммированность на самоотравление интоксикантами (табаком, алкоголем и другими), и их доступности.

Современное законодательство России исходит из ложных посылок, что алкоголь – пищевая продукция, в то время как наука и практика давно определила алкоголь как опаснейший яд.



Алкоголизм в России

Распространенность алкоголизма в России в последние годы имеет стабильно высокий уровень. **В 2015 году зарегистрировано более 2,5 миллионов больных алкоголизмом**, из них более 100 тысяч – с алкогольными психозами.

Статистика свидетельствует об увеличении в России числа женщин, больных алкогольной зависимостью. Так, если в середине 1980-х годов соотношение мужчин и женщин, больных алкоголизмом, было 12:1, а к 2015 году находилось уже на уровне 5:1. Заболевания, вызванные употреблением алкоголя, составили в 2015 году около 82% всех официально зарегистрированных случаев наркологических патологий в Российской Федерации. Из них почти 90% составляют лица трудоспособного возраста – от 20 до 59 лет.

По статистическим данным, только за одну неделю граждане России выпивают примерно 240,000000 миллилитров спиртного! Также известно, что людей, больных алкоголизмом, зарегистрировано около 7 миллионов человек. Из них на диспансерный учет поставлены 11,5 тысяч детей и подростков.

1. Презентация «Влияние алкоголя на человека»



Вопрос участникам. **Алкоголь – это наркотик?**

Что такое наркотическая зависимость?

1. непреодолимое желание принимать наркотик и доставать его любыми средствами;
2. тенденция увеличивать дозу;
3. невозможность жить без наркотика;
4. появление «ломки» и депрессии, когда наркотик недоступен;
5. Разрушительное воздействие на здоровье, личность, окружение.

Алкоголь – это наркотик, потому что это:

Депрессант:

1. притупляет способность ясно мыслить;
2. снижает самоконтроль;
3. нарушает координацию движений;
4. затрудняет речь;
5. ядовитое химическое вещество, попадая в кровь, быстро разносится по всему организму;

Воздействует на мозг, отключая «контрольные» центры.

Вывод. Важно помнить, что алкоголь – это наркотик, и принимая его даже в малых количествах, человек начинает приобретать зависимость.

Никто не может дать 100 % гарантии, что вы сможете управлять собой и не спиться.

Классный руководитель: Как вы думаете, почему подростки начинают пробовать сигареты или алкогольные напитки?

Ответ учащихся: из интереса, за компанию, заставляют, чтобы самоутвердиться в компании, чтобы казаться взрослее и т. д.

Учащимся предлагается выполнить практическое задание.



Каждая группа должна придумать 5 убедительных отказов человеку, предлагающему выпить спиртное.

1. Несколько твоих друзей предлагают: «Старик, как насчет покурить?», другие говорят: «Да он новичок!», предполагая, что ты хочешь покурить. Ты никогда прежде не курил. Твои действия.

2. Ты на вечеринке, и все, пробуют алкогольные напитки. Некоторые из них предлагают и тебе попробовать. Твои действия.

3. Друг просит, чтобы ты одолжил для него у своих родителей крупную сумму денег, на что не говорит.

4. Ты вместе с ребятами вне здания школы. Ребята пьют пиво и курят. Ты выглядишь белой вороной. Кто-то пустил по кругу пачку сигарет. Твои действия.

5. Одноклассница пригласила тебя на день рождения. Ты знаешь, что в ее доме не будет спиртных напитков и сигарет. И вдруг твой приятель предлагает покурить курительную смесь. Твои действия.

6. Твой друг попросил у тебя новый фотоаппарат. Ты не хочешь давать, так как опасаясь, что он его сломает, потеряет. Как отказать?

7. Ты в доме приятеля. Все решили попробовать неизвестное вещество. Предлагают тебе. Ты не хочешь. Как отказать?

- Обсуждение:
- Легко или сложно отказывать? В каких ситуациях?
- Какие способы вы считаете оптимальными?

Обсуждение с учащимися эффективности следующих форм отказа:

1. - «Нет, спасибо!» + объяснение причины (головная боль, необходимость идти на тренировку, боязнь огорчить родителей).

2. - «Нет, спасибо!» + предложение чего-либо другого (поиграть в футбол, предложить вместе послушать музыку, посмотреть фильм и др.).

3. - «Нет, спасибо!» (говорится уверенным тоном без объяснения причин).
4. - Сделать вид, что не услышал (а) предложения.
5. - Односложный ответ на все предложения и уговоры: «Нет!»,
6. «Не буду!», «Не хочу!».
7. - Уйти в сторону от тех, кто предлагает.



На слайде: **Как сказать «НЕТ»**

1. Спасибо. Я больше в этом не нуждаюсь.
2. Спасибо, мне этого не нужно.
3. Я не курю (не употребляю).
4. Я не собираюсь загрязнять организм.
5. Я не в настроении, поэтому сегодня не хочу.
6. Нет-нет, не сегодня или не сейчас.
7. Нет, мне не нужны неприятности.
8. Спасибо, когда мне понадобится, я дам тебе знать.
9. Мои родители меня убьют.
10. Я таких вещей боюсь.
11. Как-нибудь в другой раз.
12. Эта дрянь не для меня.

Бутылочки да рюмочки доведут до сумочки.(человек, пристрастившись к алкоголю тратит на его приобретение много денег; некоторым алкоголикам приходится даже просить милостыню.)

Было ремесло, да хмелем поросло (иногда очень умные люди увлекшись употреблением алкоголя, теряют в жизни все, забывая в том числе и о работе. Или они уже не в состоянии делать то, чем талантливо занимались раньше, потому что у них дрожат руки, не все понимает и воспринимает мозг.)

Вино полюбил – семью разорил (если в семье кто-то из родителей пьет, то от этого страдают все члены семьи. И в первую очередь – дети. Случается, что в такой семье детям нечего одеть, им не дают денег даже на школьные завтраки. Ребят из таких семей всегда жалко. Хочется им помочь, сказать им доброе слово, потому что дома они слышат совсем другие, грубые слова.)

Выпил две, да и не помнит где (люди, которые пьют много спиртного, могут находиться в таком состоянии, что даже не всегда понимают, где они находятся. Потому что «выпьешь вина, так убавишь ума». О таких людях говорят «Ум отпил».

Высока у хмеля голова, да ноги жиденьки (алкоголь так действует на человека, что он не в состоянии удержаться на ногах. Люди падают в грязь, лужи. Иногда даже засыпают в луже или на морозе. И обмораживают руки, ноги. Могут совсем замерзнуть и погибнуть.)

Кто пьет, тот и горшки бьет (.потому что пьяные люди не понимают, что они делают. Затевают ссоры и скандалы. И мы знаем, что, что нередко такие хмельные «разборки» оканчиваются даже смертью одного из собутыльников или вообще случайных людей).

– А теперь мне хочется подытожить ваши выступления одной из русских пословиц: **«Пить да гулять – добра не видать».**

Классный руководитель: Как вы думаете, какие проблемы могут возникнуть у человека, который употребляет алкоголь?

Ответы учащихся:

- в школе: изменяются цели, мысли о будущем только мешают;
- в семье: теряется контакт с близкими людьми, изменяются ценности, привязанности мешают;
- в твоём окружении: многие друзья перестают понимать тебя, они растут, а ты нет;
- чувства и эмоции притупляются;
- сложно управлять собственными мыслями;
- возникают проблемы с законом.

Значит, лучший способ сохранить себя для хорошей, плодотворной жизни – не делать первый шаг.

У меня есть незаконченное предложение:

«Вокруг столько способов быть счастливым: можно...»

Как бы вы закончили это предложение?

Ответы учащихся :

- путешествовать, открывать новые города и страны;
- изучать музыку, петь, танцевать;
- ходить по музеям, смотреть картины великих художников;
- заниматься спортом, болеть за любимую команду;
- стать автомобилистом, гонщиком;
- создать хорошую семью, воспитать детей;
- добиться славы, успеха, сделать карьеру;

Заключение: Каждый человек – хозяин своей судьбы. Всего можно достичь, если поставить себе в жизни цель и твёрдо идти к этой цели. И в этой жизни нет места вредным привычкам. Хорошим помощником на этом пути станет здоровый образ жизни: гигиена, спорт, распорядок дня, общение с природой, хорошие и верные друзья.